銀河大手印教學

牟尼精舍

銀河大手印教學

牟尼精舍

目錄

◎銀河大手印修練社團

◎銀河大手印初級–精熟修練參照標準

◎銀河大手印章程修正公告

銀河大手印~序~

銀河大手印~序~

銀河大手印
~法訣~

欲練神通，先學定功。
不習定功，定難成功。
全身放鬆，心中放空。
如如不動，天地從容。
定力若成，始可練功。
意念專注，一定成功。
頂級神通，無相無踪。
三千世界，一粒砂中。
浩瀚宇宙，如在囊中。
心繫蒼生，久練必通。

~勉之哉~蔡師兄

銀河大手印係大乘秘法，擅排除干擾。本世若能精進修鍊，勤消業障，心存浩然正氣，時時以蒼生為念，祇要達到某種境界，往生後必蒙授要職。若更能捨三毒，滅四相，成佛實非難事。陽世緣盡必蒙佛接引，往生淨土矣。

此法說來秘中秘

讓人昇天又生西

人世從來人不提

留待有緣慢慢契

註：「大手印」在此指由「不會」到「會」之修行與修練歷程，亦為佛法宗要的意思。而「銀河大手印」為牟尼精舍之修行修練進程，由本師釋迦牟尼佛傳授，觀世音菩薩教授並命名，用以濟世、修練以達明心見性之修練法。

我們會用最簡單的言語敘說，但您一定要照開示專修，並且每項修練至少三個月以上(每天都要練)。寫的簡單，不代表練起來簡單。請務必好好加油！

銀河大手印~修鍊注意事項

銀河大手印~修鍊注意事項

「銀河大手印」為牟尼精舍之修鍊，由本師釋迦牟尼佛傳授，觀世音菩薩教授，此法就是教您往生淨土的捷徑，需照佛菩薩明示之經文與持咒專修。多「渡眾生」，佛菩薩自會觀察與開發。

以下整理注意事項：
(1)需要先銷個人業障，不然業力現前，神通便成空想。當您有感應後您自然會明白，神通根本不敵自己的業力。
(2)需要配合修行，持戒守份，以求明心見性，否則頂多變成修羅道、精靈或是入魔，而且心無法清淨，程度自然無法提升。佛魔一線之隔，神通法力一樣高強，只差在清淨與慈悲。

(3)自己要精進且要有人指導，不認真或不循程序，鍊至何年何月？神通不難，但要精細就很難。您必須照程序，我們會一步一步教，您本身功力不夠，好高騖遠也無法成就，沒有什麼是一步登天，只有腳踏實地。佛菩薩亦明示：不照開示功課專修，可以不用教授。連基本的精進都拿不出來，往後的也不需要談！
(4)佛菩薩灌頂加持才會迅速，否則資糧不足，修鍊起來同於空想，這也是一般人花若干輩子的時間無法成就之主因。您想要佛菩薩為您加持，就得做跟佛菩薩一樣的事情，「心繫蒼生，久練必通」！

我們的教學方法簡單明瞭，內容不多，但修鍊真的要花時間。許多修鍊看似簡單，觀想也不難，但您不精進誦經持咒，不努力觀想修鍊，再好、再有用的神通對您來講都是空想。每項修鍊至少要練百遍、千遍以上，或要先達成條件，或是要幾年後才有所成。您只要認真，我們都會教您。

誦經持咒部份，一共六個專修法門，請來函請示過後，依照佛菩薩開示來專修即可。開始念就可以開始修，並且以開示之經咒遍數為目標。請參閱：專修法門改版公告

以上佛菩薩會針對您過去世的修為去查詢，並給個人最適合的專修開示，以求讓您早日與過去世銜接，並在本世突破。如果您有其他喜歡的經文一樣可以持續念誦，這對您非常好！但是開示專修的部分請每日都要持續念誦，最好抱持著「沒唸完就不睡覺的心態」，您要逼自己才會成長。

許多人說「神通」是多餘的，不用鍊。基本上各法門不同，見解不同。我們走實際渡眾路線，包含教您自渡。神通感應是一個方便的工具，有了這項工具您不用事事靠佛菩薩或別人，靈界的干擾這麼多(基本的干擾是「沖犯煞」)，這些干擾您

就可以自己排除，也可以為業主菩薩治療灑淨，彌補過錯。

也有人說鬼就有神通了，不需要鍊，往生了就有神通。沒錯，鬼確實有五種神通。但就我們辦事經驗，哪一尊佛菩薩不是神通廣大，靈界干擾很多，您以為往生後每個靈的能力都是一樣「平等」嗎？如果您真的認為如此，那您真的錯了。我們常處理「廟宇」被外靈、外道入侵的案例，大家如果**能力平等**就不會被入侵了。「人身」是寶貴的工具，您趁有肉身時好好鍊，速度會很快，這些能力可以當作以後的基礎。以後當了佛菩薩或是護法，眾生的問題得要由您協助處理，您必須得要有「能力」，除了要教眾生明心見性，還要幫眾生處理問題，如果您連一個外靈都沒有辦法為眾生處理，眾生有辦法信您嗎？這是很現實的問題！就像我們辦理因果濟世，如果我們成天只說要明心見性，而眾生受干擾我們都無

法處理，請問您會信我們嗎？幫眾生處理問題是一個鉤子，但有了這個鉤子，可以救更多人！

往生淨土不是去享樂，真正的淨土宗是到淨土去修得更好，往後要渡更多眾生一起成就，這是每部佛經背後的終極涵義–自利利他。

很多問事者甚至修了十多年，被干擾了十幾年都無法突破，我們的教學就是希望每為佛子都能夠修上去。並不是每個人都可以像高僧大德般定力深厚，我們也不是只想渡高僧大德，是想渡每一個人。所以做這樣的教學為的就是讓您在修行路上都能夠排除問題，突破難關。

●**這樣的工具您要不要學您自行決定**：您如果有空可以於星期日到精舍請問師兄姊姐遇到修行的障礙也可以與我們聯絡，尋求突破方法。

※在此要特別強調：如果您本身有特殊能力，諸如天眼、感應...等，您就會明白有修鍊之人或是佛菩薩身上會帶著金光或是彩虹光，甚至修練層級較高的精靈、阿修羅...等，身上也都帶著金光。如果您想要修鍊，往後會遇到這類相關的干擾，因為您身帶著光環，靈界有修鍊的精靈、阿修羅...等，很多會來干擾您或是比功力(祂們有神通，但貪嗔癡過重，或是好勝心過強，所以入了外道)，精舍師兄姐都有這樣的遭遇，所以這絕非是「您眼中」一帆風順的路途，就如同釋迦牟尼佛在成佛前的許多故事，亦有提到修羅或是魔王的干擾，此道理一樣，這也是真的！**簡單的說，當您修到一定程度，就一定會有相關的干擾，如果您不能接受干擾，那請您好好修行即可，或是鍊到初級可自保就好，亦可明心見性，一樣可以解脫**。

不過您也無需擔心，就是有干擾，才會有進步。所謂不經一番寒徹骨焉得梅花撲鼻香，請抱持正

向精進的態度！這一類的問題牟尼精舍都可以幫您處理(發訊息即可，無需到精舍)，若無法處理時，我們也會匯報由佛菩薩為您處理，請您要先想清楚修鍊可能遇到的狀況，下定決心，不怕艱難，才決定修鍊。

明心見性每人都要，而修鍊確實不需每人都鍊，但修鍊為渡眾工具，若您有這項工具，在您渡眾的路途上絕對是得心應手。許多人說破喉嚨叫他念佛都不肯，適時展現神通感應幫他一把，他就會明白佛法奧妙，自然渡了他。

牟尼精舍辦理因果濟世，真的只有渡化世人？如果您深入了解與修鍊，您就明白渡眾任務真的不是只有「人」，而是三界的六道眾生都要渡。許多眾生的問題不是卡到業障，而是卡到外靈，包含鬼道眾生、精靈、修羅或是魔王，有的程度還遠遠高過於世間的神明，真是道高一尺，魔高一丈。遇到這種問題，沒有兩把刷子，怎麼處理

呢？而且他們會遇到，您能保證您遇不到？或是您的家人一定不會遇到？在精舍服務的師兄姐都遇過，但也因為遇過、磨過，所以才會成長迅速，一點一滴成就。

世間許多修鍊的方法，氣功、祕法、...等，雖各有方法，但每種程度不一，教授者程度亦不同。您如果真的要修，就修佛菩薩教的法門與方法，這樣才會變成佛菩薩。而「銀河大手印」並非我們自創方法，是本師釋迦牟尼佛親傳的修鍊法，配合明心見性，修鍊起來程度絕對超乎您的意料。我們屬於義務，自然無須妄語。若您決心要鍊，請您花個幾年認真渡眾修鍊，您就會明白為什麼此法叫作銀河大手印。

銀河大手印~初級~(1)靜坐

銀河大手印~修練~

修練有進程，而且如果您程度或是福德資糧不足，修起來也只是空想，沒有任何效用。下列的許多方法在牟尼精舍的因果濟世集中以出現多次，在此一次整理清楚，讓您一目了然。也要請您照著流程一步一步練，不用急不用慌，久練成鋼，並且要老實誦經持咒，配合引渡眾生，自然一點一滴成就。

教學內容：
下列教學，每項請練至少三個月，如果您真的要學，請電洽精舍師兄姐，或是直接到現場學，雖然在此有將修練法寫出，但是每人對於文字的解

讀不同，容易造成誤解而練錯。若您有疑惑，請確認後才修練。

◎修練一：靜坐◎

靜坐：本部份為修練的基礎，所有相關修練都須透過靜坐。本部分亦可直接幫助修行，讓您沉澱心思，看透世間稍縱即逝的假象。每天至少20分鐘，以後再慢慢增加(比如一小時)，到後來便會漸漸入定，提升等級。

在家中便可靜坐，如果您怕有外靈干擾，可懸掛金剛鈴(佛菩薩所加持的銅鐘)於靜坐處，可到精舍請佛菩薩賜予，或來訊索取。

加持的感覺通常為頭部熱熱麻麻，有時會有點痛，時常於靜坐或是平時加持。有些加持比較猛烈，比如說開天眼，通常玄關(眉心)會痛幾天。加持時，全身放鬆並且平常心即可。您想要佛菩薩為您加持，佛菩薩也在看您的表現，層次夠了、

利眾足了，便會為您調理，且自己基本的專修請務必不要中斷！

1.開始靜坐：坐到坐墊上開始靜坐(可以搭配佛曲音樂，幫助淨化心靈。)姿勢：身體作正，腳部可單盤或雙盤，如果不方便，則盤坐即可。雙手結法界定印，放鬆即可。

2.調整呼吸：慢慢的深呼吸三次(吸氣吐氣的原則：慢、細、長)，順便調整呼吸，讓心裡冷靜。
吸氣時：觀想身體(全身四肢)裡的黑氣都集中到胸腔
吐氣時：觀想胸腔的黑氣由嘴裡慢慢吐出(總共連做三次)

3.「命令」身體放輕鬆：
順序：頭頂、額頭、眼睛、鼻子、嘴巴、接著頭部以上放鬆。脖子、胸口、兩手、腹部，接著腹部以上放鬆。骨盆、大腿、小腿後至腳底，由上

到下，每一部位都命令它「放輕鬆」(如果一次不行，就多做幾次，直到覺得放鬆為止)(也可額外練習感受「手指末端的心跳律動」，以讓身體放鬆)

4.意守玄關：做完上述的觀想後，將意念集中在玄關(兩眉中間)，不要胡思亂想，要斷除妄念，也可以搭配念專修咒語佛號也可數息(數呼吸次數)，總之意守玄關(禪定)。

●靜坐分三級：(配合三階段的百萬遍持咒)
1.〈藥師灌頂真言〉階段：配合初級修練後，往後意守玄關。
2.〈楊枝淨水讚〉階段：觀想太陽進入丹田，發光發亮，身體開始發光，散出佛光，閃耀無比。
3.〈楞言咒心〉階段：雖身坐蒲團，但要觀想自己身在雲頂，看著芸芸蒼生，如佛一樣。

一開始腳很酸很痛是正常的，可每日練習，慢慢延長時間，讓雙腳習慣。往後修練觀想皆得透過

靜坐，請慢慢打好基礎。簡易靜坐流程影片：請點選

銀河大手印~初級~(2)琉璃體觀想

修練有進程，而且如果您程度或是福德資糧不足，修起來也只是空想，沒有任何效用。下列的許多方法在牟尼精舍的因果濟世集中以出現多次，在此一次整理清楚，讓您一目了然。也要請您照著流程一步一步練，不用急不用慌，久練成鋼，並且要老實誦經持咒，配合引渡眾生，自然一點一滴成就。

銀河大手印若您能練就，在世間已相當夠用。以下為教學：

琉璃體觀想：(每次練七回，或靜坐或站立皆可)

命令頭部、額頭、眼睛、鼻子、嘴巴、脖子、胸口、兩手、腹部、大腿、小腿後至腳底（由上到

下的順序），一塊一塊由黑色混濁的區塊慢慢轉變成像琉璃般的身軀（透明無暇），全部觀想完後，然後觀想從腳底掌中開兩個黑洞(直徑約7公分)，並從頭頂到腳底慢慢排出大量混濁的黑氣或黑水（此黑氣及黑水便是你的業力或是負能量），觀想越真切越好。可直接觀看琉璃物質，並記憶其剔透外觀，以利觀想。(若您觀想不出來，請多誦您專修的佛號經咒，以增加基礎)

平時若覺得身體不適，或情緒稍有起伏，或突然生氣或悲傷想不開，無論您站著或是坐著，可先做琉璃體觀想，將負能量馬上排出。若是常跑法會，參加喪禮，本身是靈感體質者，或許您身上常常附著負能量。這些負能量通常會讓感到身體疲倦、頭昏想睡、哈欠頻頻、...症狀，也會讓您修練的能力無法發揮。所以請將此法修練熟，並且時時觀想與使用，讓您的靈體潔淨無瑕，身體輕鬆愉快。

基本上開始應連續慢慢深呼吸三次並放鬆身心，並以三次觀想為基本數目。若您是靈感體質，您會發現觀想完後身體馬上輕鬆自在。本法務必練熟！

進階：可觀想全身上下所有毛孔打開，並且一樣腳底開洞，由毛孔與腳底一起快速「噴」出黑氣，噴完後身體透明無暇。

銀河大手印~初級~(3)浩然正氣觀

修練有進程，而且如果您程度或是福德資糧不足，修起來也只是空想，沒有任何效用。下列的許多方法在牟尼精舍的因果濟世集中以出現多次，在此一次整理清楚，讓您一目了然。也要請您照著流程一步一步練，不用急不用慌，久練成鋼，並且要老實誦經持咒，配合引渡眾生，自然一點一滴成就。

銀河大手印若您能練就，在世間已相當夠用。以下為教學：

浩然正氣觀：

修行得要克制貪嗔癡的欲念，如果您自己無法處理，如果您常受到干擾，則可配合修練「浩然正氣觀」，幫助您修行修練。

請連續慢慢深呼吸三次(細、慢、長)，到第3次時將氣憋住，需觀想「伽藍護法」從您的頂輪(頭頂)之中進入，伽藍護法身發金光(光芒萬丈)，滿臉紅潤，充滿浩然正氣(可觀想氣或是白光將您圍繞)，接下來伽藍護法慢慢的進入您的心中（約兩乳中間），慢慢地您自身與伽藍護法同在，您就是伽藍護法，伽藍護法就是您，將妄想慢慢排除。此時可以觀想腳底開洞黑氣排出，或是用心輪，將黑氣掃除。

如果妄想還尚未排除，則再重覆一次直至排除為止。(若為因果業力干擾時，則需先和冤釋結；若未和冤釋結時，那只是短暫排除而已，還會持續干擾。)

觀想的層級有分，您觀想的光芒，能夠越仔細越好：金色光芒必須不含任何雜質，輝煌萬千，朝四面八方射出，乃至遍照十方法界。伽藍護法的法相也是，不是有就好，還得要清晰，栩栩如生的印在腦海中，這樣效用才會強烈。熟不熟練，效果大不相同！練習幾次跟練習百次，一樣的觀想，不一樣的力道！

這會隨著您練習的次數慢慢改變，所謂熟能生巧，任何事都是一點一滴累積的，請務必好好加油。

銀河大手印~初級~(4)佛菩薩入我

修練有進程，而且如果您程度或是福德資糧不足，修起來也只是空想，沒有任何效用。下列的許多方法在牟尼精舍的因果濟世集中以出現多次，在此一次整理清楚，讓您一目了然。也要請您照著流程一步一步練，不用急不用慌，久練成鋼，並且要老實誦經持咒，配合引渡眾生，自然一點一滴成就。

銀河大手印之初級修練若您能練就，在世間已相當夠用。但如果您的目標跟佛菩薩一樣，那您至少得練就中級。以下為初級教學：

佛菩薩入我：

修行就像練功夫，要從模仿開始。所謂的入我，便是把「佛菩薩」整尊搬入自己身體中，將自己觀想成佛菩薩，修練定性。

本修練法需熟記佛菩薩法相，諸如**藥師佛**、**阿彌陀佛**、**觀世音菩薩...等**，您挑同一尊觀想即可。您可上網搜尋較莊嚴的法相，並且洗成相片，置放在您靜坐的地方，每次修練前都記憶一次，以讓觀想更確實。

觀想佛菩薩(同一尊)由虛空中慢慢進入您的身體中(同一尊就好)，就如同前述的「浩然正氣觀」一樣，佛菩薩從您的頂輪(頭頂)之中進入，接下來佛菩薩慢慢的進入您的心中（約兩乳中間），慢慢地您自身與佛菩薩同在，您就是佛菩薩，佛菩薩就是您。

重點觀想：**身坐蓮花(又大又紅或金色光芒萬丈)**、**耳垂飽滿下垂(代表福報聚足)**、**眉間白毫**，其他部

份也要觀想清楚，越清楚越好。觀想完後，身發金光或白光，保持如此狀態並將意念集中在眉心(意守玄關)。若您已經練到一定程度，也可觀想自己散發白光或金光，光芒萬丈，向虛空法界射出。

蔡師兄說到：

1.每個人都是未來佛，祇因顛倒妄想所致，故苦於六道不得出離。

2.佛菩薩入我是藉佛菩薩莊嚴相，矯正偏離之習性，藉佛菩薩之大慈悲願力啟發潛藏之本具佛性，俾使早日與佛相應。

3.我心即佛心，佛心即我心，念念相應哉。

銀河大手印~初級~(5)卍字心輪

修練有進程，而且如果您程度或是福德資糧不足，修起來也只是空想，沒有任何效用。下列的許多方法在牟尼精舍的因果濟世集中以出現多次，在此一次整理清楚，讓您一目了然。也要請您照著流程一步一步練，不用急不用慌，久練成鋼，並且要老實誦經持咒，配合引渡眾生，自然一點一滴成就。

銀河大手印若您能練就，在世間已相當夠用。以下為教學：

※教學影片連結:https://reurl.cc/arQyAY
※簡易卍字旋轉：https://reurl.cc/yZ2VGq

本法可將無形眾生甩、彈出去、協助排負能量，但對「業障」無效，且甩彈的程度與您誦經持咒或觀想熟練度有關係，請務必好好用心練習。

卍字心輪(以下簡稱心輪)亦是神通修練的基礎，務必勤練，尤其是旋轉的速度與力道，以及發出的金光亮度。本法隨個人的修持而異，功力不同、程度不同，亮度與力量自然不同。

若您本身為常沖犯者，本法您務必修練。往後您來訊請示，佛菩薩若開示為沖犯，則您自己用心輪將外靈彈出即可，不需再使用符咒或誦經處理。先前一位常沖犯的問事者，常常洗符咒或轉換誦經處理，後來師兄姐請他練心輪，並且這段時間都有持續誦經持咒，練一段時間後來信請示是否處理好了，佛菩薩明示「處理完畢」，可以不用洗符咒或轉化為誦經了！(原先轉化為誦經至少也要金剛經、藥師經、地藏經各念36遍以上，現在會使用心輪，遇到沖犯都不用擔心了)

但本法對業障無效：如果業障與外靈同時干擾，您需先用楊枝淨水法灑淨業主菩薩，並懺悔且告知一定會彌補，請業障先不要干擾。處理完業主菩薩後再使用心輪彈出外靈。若是家人沖犯，您要使用前要先告知家人的業主菩薩：弟子要幫家人處理外靈，請相關業主菩薩先迴避，講完後再幫家人處理。(但本法也會容易招惹到家人的業主菩薩，畢竟有些外靈是業主菩薩請來一起干擾的，常有內神通外鬼的案例，所以最好還是要先消業障，或請家人自己練)

在此也請您不要「逞英雄」，沒事就幫別人處理。如同上述所言，就算您有講，對方的業主菩薩還是有可能干擾您，到時候您「公親變事主」。尤其是逞英雄，算是攀緣的一種，這樣別人的業障就會直接找您了！如果發生類似的「攀緣」案件而您來信請示(卡到別人的業障)，如果佛

菩薩確定是您自己逞英雄，這樣我們會告知您：您就幫他吧，算是做功德。

心輪轉法：連續慢慢深呼吸三次放鬆身心，觀想金色「卍」在心中旋轉，越轉越快，越快越發光。卍字旋轉方向：朝卍字開口的方向轉為放出光芒。當卍字放在胸口(跟佛菩薩一樣的方向)，對您自身來講，則旋轉方向為上→右→下，放出光芒。每輪轉三或七次，每次至少持續30秒。如果心思無法沉澱，可稍微閉氣，幫助觀想。



卍字擺法：觀想您就是佛菩薩，在您的胸口擺上卍字。所以卍字的擺法應與您正面所看到的佛相一樣。簡單的說：您胸口擺的的卍字正好與您所看的「卍」字顛倒。請見下方示意圖：

旋轉速度：至少也得像電風扇那麼快，接下來越轉越快，到最快速時，光芒打到四面八方。光芒四射，能觀想多亮就多亮，光能打多遠就多遠，光線能多密集綿密就多綿密。光芒一出，觀想所有周遭的陰霾全被排除、彈開。

進階：需要觀想離心力，光藉由心輪快速旋轉產生離心力，光線像「針」一樣的向四面八方射出去藉此將無形眾生彈出去！。整個光芒遍滿三千大千世界。光的亮度可以漸進修練：從自己週遭→週遭幾公尺→週遭十公尺→百公尺→千公尺→十公里→整個鄉鎮→整個縣市→整個台灣→整個地球→整個太陽系→三千大千世界。您能修練至此，並且真正觀想清楚且使用得宜，則您已有深厚的功力。

修練一步一步，沒有捷徑。上述的觀想，您或許認為輕輕鬆鬆可以想出。但您的觀想是否在靈界

有真實功效，這還是一個疑問！想要用出有效的心輪，除了要專修法門、專持咒與佛號，時時勤練心輪，還得要**時時渡眾生**，沒有渡眾功德力，基本上修練的速度相當緩慢。

心輪基礎，練起來可以處理掉外靈干擾，如果您常跑法會、醫院、婚喪喜慶等地，建議您最好修練。這只是一個修練，一項工具，但對於您的修行有幫助，許多修行人身邊有外靈干擾，而造成修行瓶頸。您當然可以事事找佛菩薩排解，或者是您自己練起來後自行排解。往後您還可以教其他人排除干擾，如此在其他人的眼中，您不就是做跟佛菩薩一樣的事情嗎？

我們一直強調要渡眾生，修行只修自己叫自了漢，大乘佛法是用盡各種方法「積極」的來普渡眾生，而努力過後抱持著心態才是「隨緣」。並不是一開始就什麼都「隨緣」，這是消極，渡不

了幾個人。這才是有緣者得之的心境，不執著用在這樣解釋才合乎慈悲，才叫做放下。

請您務必好好修練，您的成就，是眾生的光明。

銀河大手印~初級~(6)卍字吸氣法(宇宙法流)

修練有進程，而且如果您程度或是福德資糧不足，修起來也只是空想，沒有任何效用。下列的許多方法在牟尼精舍的因果濟世集中以出現多次，在此一次整理清楚，讓您一目了然。也要請您照著流程一步一步練，不用急不用慌，久練成鋼，並且要老實誦經持咒，配合引渡眾生，自然一點一滴成就。

銀河大手印若您能練就，在世間已相當夠用。以下為教學：

以下為宇宙法流的使用方法：
修練後對自己的磁場感應會變得敏感，如果您常跑法會或是醫院、婚喪喜慶等地，您就會常覺得

身體虛弱。這時如果您要觀想，通常觀想不出來的！一來是因為身上負能量很多，二來或許雜靈(或動物靈)太多，三來是因為正的能量沒了，而卍字吸氣法便是教您取得能量的方法。

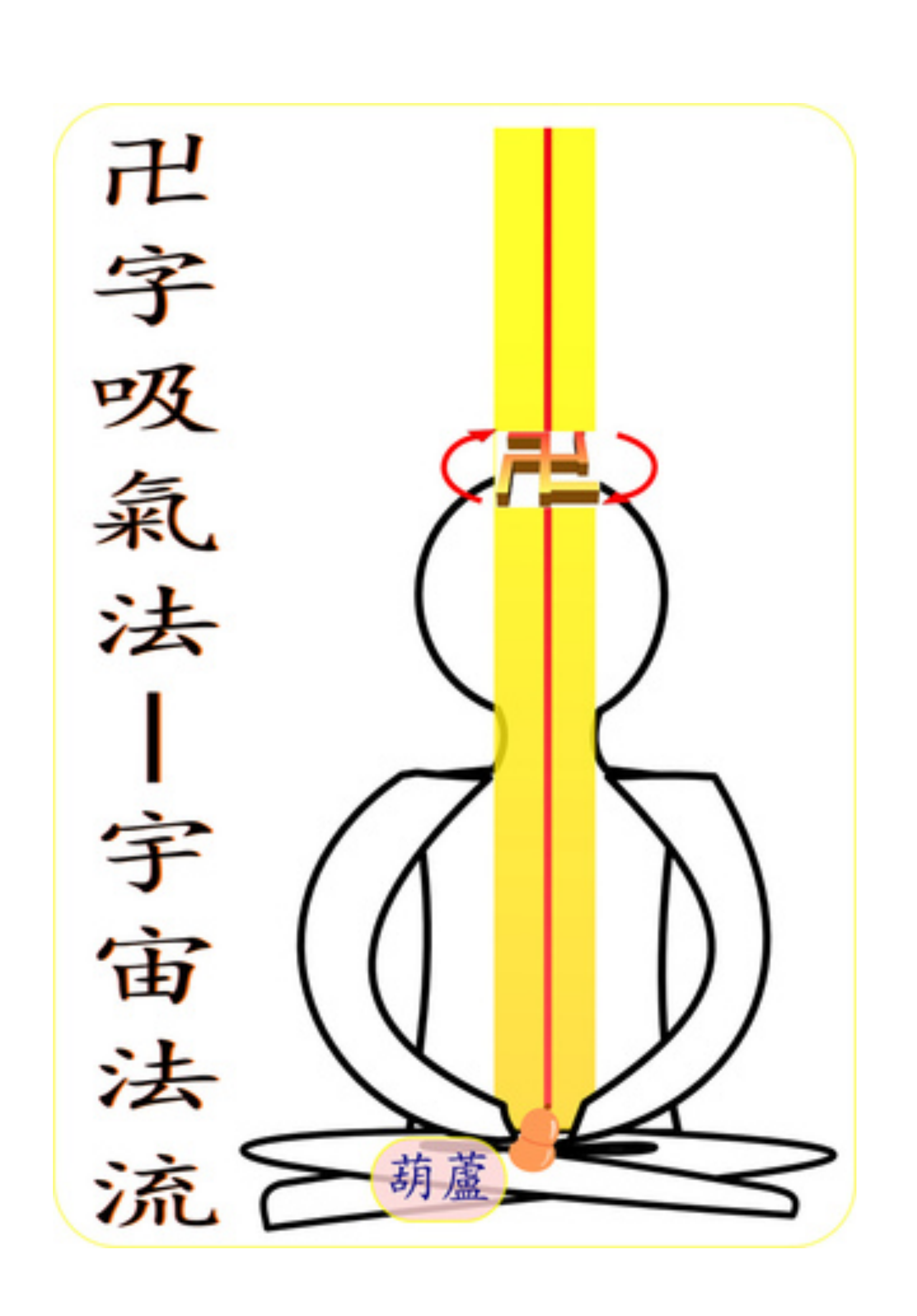
使用本法前，建議先做三次「琉璃體」，先將身體吸取到的負能量排出；之後再做三次心輪，將身上的雜靈...等排出。然後在使用卍字吸氣法將身體的能量補齊，這樣的流程才是正確的！

靜坐時(或站立時亦可)，在頂門上方水平置放一個卍字輪，卍字輪直徑大小約與脖子寬度直徑一樣，旋轉方向剛與心輪顛倒，因為要吸入能量。簡言之「卍」朝開口轉是放光，放出能量；「卍」逆轉便是吸入能量。接下來卍字吸光方向旋轉(逆開口轉)，觀想全宇宙的能量從虛空中集束成一道金色光束吸入頭頂(光束約與脖子直徑相同)，光束中央內部有一柱紅色，外側全金光色(無任何雜質)。並請看下方圖片說明。



卍字快速旋轉吸光後，開始從頭變金色無暇→脖子→胸口→腹部→往下觀想到全身，依然是一部分一部分變金，直到全身。接下來觀想金光吸入丹田(臍下三吋)中。可觀想丹田有一個小葫蘆，所

有的氣都融入丹田中(葫蘆要打開)。這個小葫蘆內無邊無際，不管您怎麼吸氣都吸不飽。



如果吸太多覺得很肚子脹，不舒服，可觀想葫蘆吸的力道變強，所吸到的能量通通進入葫蘆內即可。

本法請練熟，因為有些修練必須要具備充足能量才能練習，而這一招就是很快的「充電」方法，也是下一篇「全身氣脈打通法」的基礎，務必熟練。

銀河大手印~初級~(7)子午卯酉(全身氣脈打通法)

修練有進程，而且如果您程度或是福德資糧不足，修起來也只是空想，沒有任何效用。下列的許多方法在牟尼精舍的因果濟世集中以出現多次，在此一次整理清楚，讓您一目了然。也要請您照著流程一步一步練，不用急不用慌，久練成鋼，並且要老實誦經持咒，配合引渡眾生，自然一點一滴成就。

銀河大手印若您能練就，在世間已相當夠用。以下為教學：

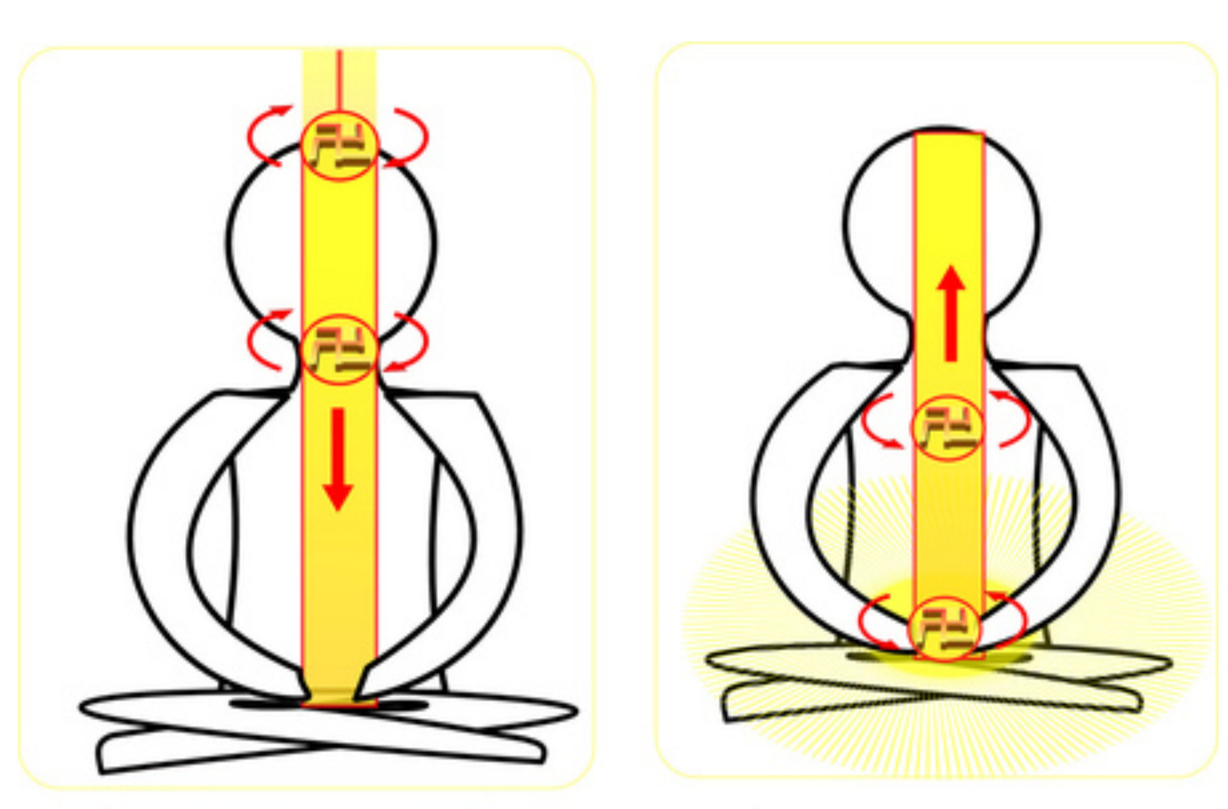
本修練法分成三個部分，分別為前後(任督)、左右、上下(中脈)等三部分，為基本氣脈打通。修練法為每日每項修練觀想49遍(三種都要)，連續修練

49日。本法為基礎，可使往後的氣脈通暢，修練迅速平暢。唯剛開始修練時所需的時間比較長，得有耐心完成修練。

一：開百脈：(打通全身主要氣脈)
靜坐時觀想頭頂有一卍字法輪平放於頂門(頭頂)，觀想身體內的中脈(從海底輪到頂門)為鮮紅色柱狀通道，約與您的脖子一樣寬。觀想卍字在頭頂吸光旋轉，從宇宙間吸入宇宙法流(外金色內微鮮紅色的光束)，接著卍字便慢慢從頂門由上而下進入紅色中脈，並由上而下移動到海底輪。卍字旋轉過的區域發出金光朝紅色中脈外四面八方發射(卍字只在紅色中脈通道裡轉)，觀想打出的光必須非常強勁，以此打通全身氣脈。

卍字到海底輪後，接下來觀想卍字快速旋轉放光(朝卍字開口轉)，卍字轉速需觀想極快，並且光由卍字旋轉向四面八方打出，藉此光波打通全身主要氣脈，卍字慢慢移海底輪沿紅色中脈通道向上

朝頂門移動，可觀想卍字轉到之處，光波震開百脈，轉至頂門後算練一次。依此觀想法練49次即完成一日功課。



開百脈：(打通全身主要氣脈)

二、前後(任督)脈：(打通任督氣脈)

前(任脈)：從頂門開始，沿著額頭至眉心→鼻尖→人中→嘴唇→下巴，以下沿著脖子→心口→肚臍→生殖器→海底輪，以上的連線稱為任脈。

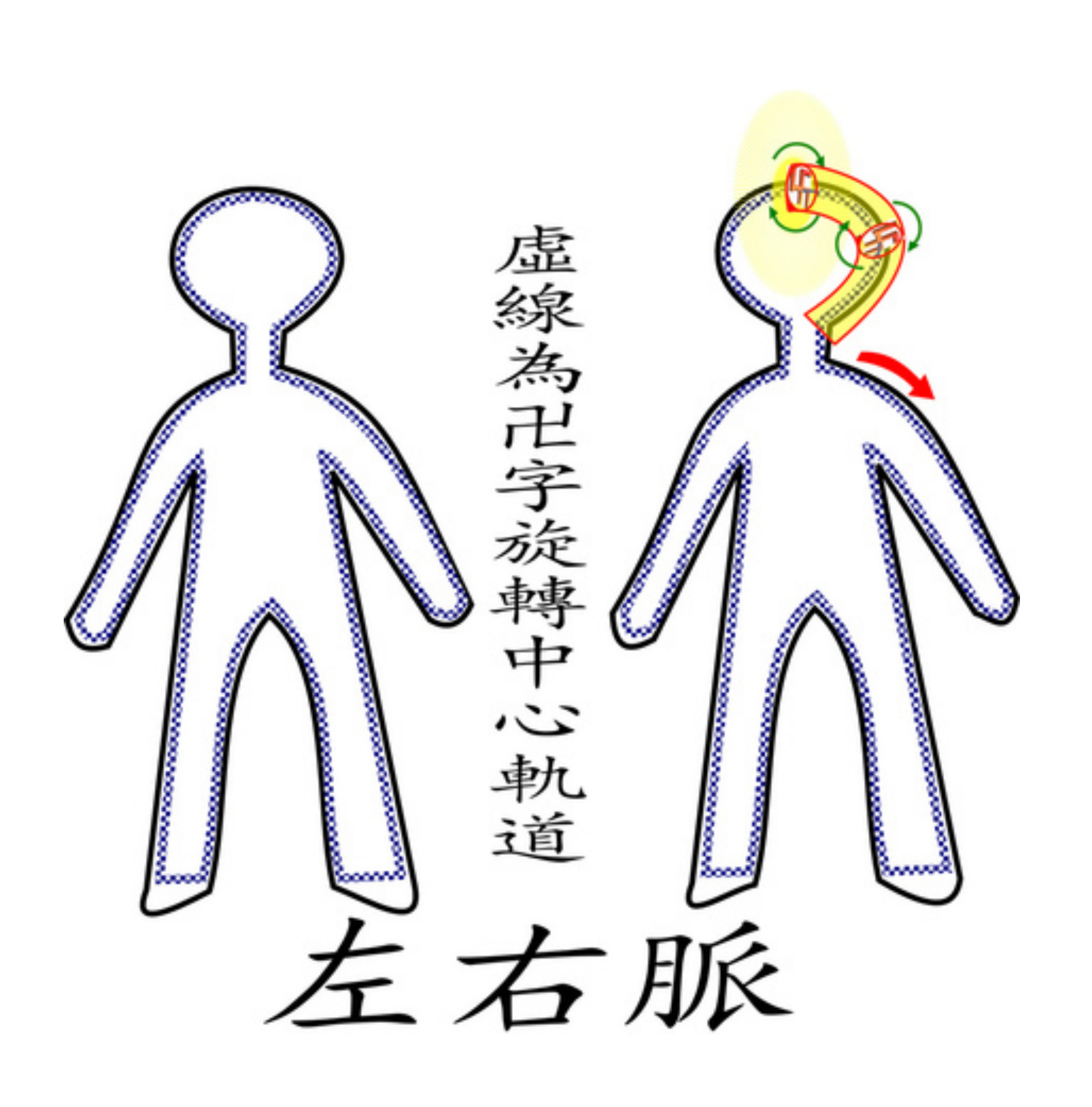
後(督脈)：海底輪→屁股→腰部→脊椎→脖子→頭→頂輪等之連線稱為督脈。(所以任督兩脈之連線可視為人體的中切線)。以上氣脈運行之軌道皆皮膚表面。



觀想卍字在頂門(直立)，卍字中心點沿著任脈，並以表面皮膚底下一公分為卍字旋轉的軌道中心，卍字旋轉方向為放光方向，卍字旋轉圓周至少約為脖子寬度，並且旋轉最外圍包覆一層紅光(紅色通道)，方式就像「開百脈」所提及的沿著紅色的中脈...，一樣的意思。光則由紅色通道卍字所轉過的地方向外發射。接下來觀想卍字快速逆轉放光，卍字中心從頂輪沿著皮膚底下一公分的軌道慢慢的放光旋轉移動(卍字本身快速旋轉)。繞完一次循環(頭頂→任脈→海底輪→督脈→頭頂)，算練一次，每天練49次。

三：左右脈：(打通全身左右氣脈)
任督脈為人體的正面對切，左右脈即為人體的「橫面」對切。從頂門→左耳→左邊脖子→左肩→左臂→左外掌→中指外側→中指指尖→中指內側→左內臂→胳肢窩→左側身體→左腰→左大腿外側→左外腳踝→左腳腳底板板外側切過腳底到左腳腳底板內側→左內腳踝→左大腿內側→生殖

器→右大腿內側→右內腳踝→右腳腳底板板內側切過腳底到右腳腳底板外側→...依此類推直到右耳然後回到頂門，以上為「左右脈」的運行軌道，卍字輪的中心旋轉點一樣在皮膚下一公分，以此為軌道。



觀想卍字在頂門(直立)，並且卍字中心點沿著左右脈皮膚下一公分為軌道，卍字旋轉方向為朝開口轉放光，卍字旋轉圓周至少約為脖子寬度，並且旋轉最外圍包覆一層紅光(紅色通道)，方式就像「任督脈」所提及的沿著紅色的通道，一樣的意思。接下來觀想卍字快速旋轉放光，卍字中心從頂輪沿著左側皮膚底下一公分的軌道慢慢的放光旋轉移動(卍字本身快速旋轉)。繞完一次循環，算練一次，每天練49次。

以上觀想卍旋轉時皆須觀想散發的光線極強，至少射出的光芒要有三公尺。如果可以，請觀想強烈的光照射到三千大千世界。

銀河大手印~初級~(8)中央三脈

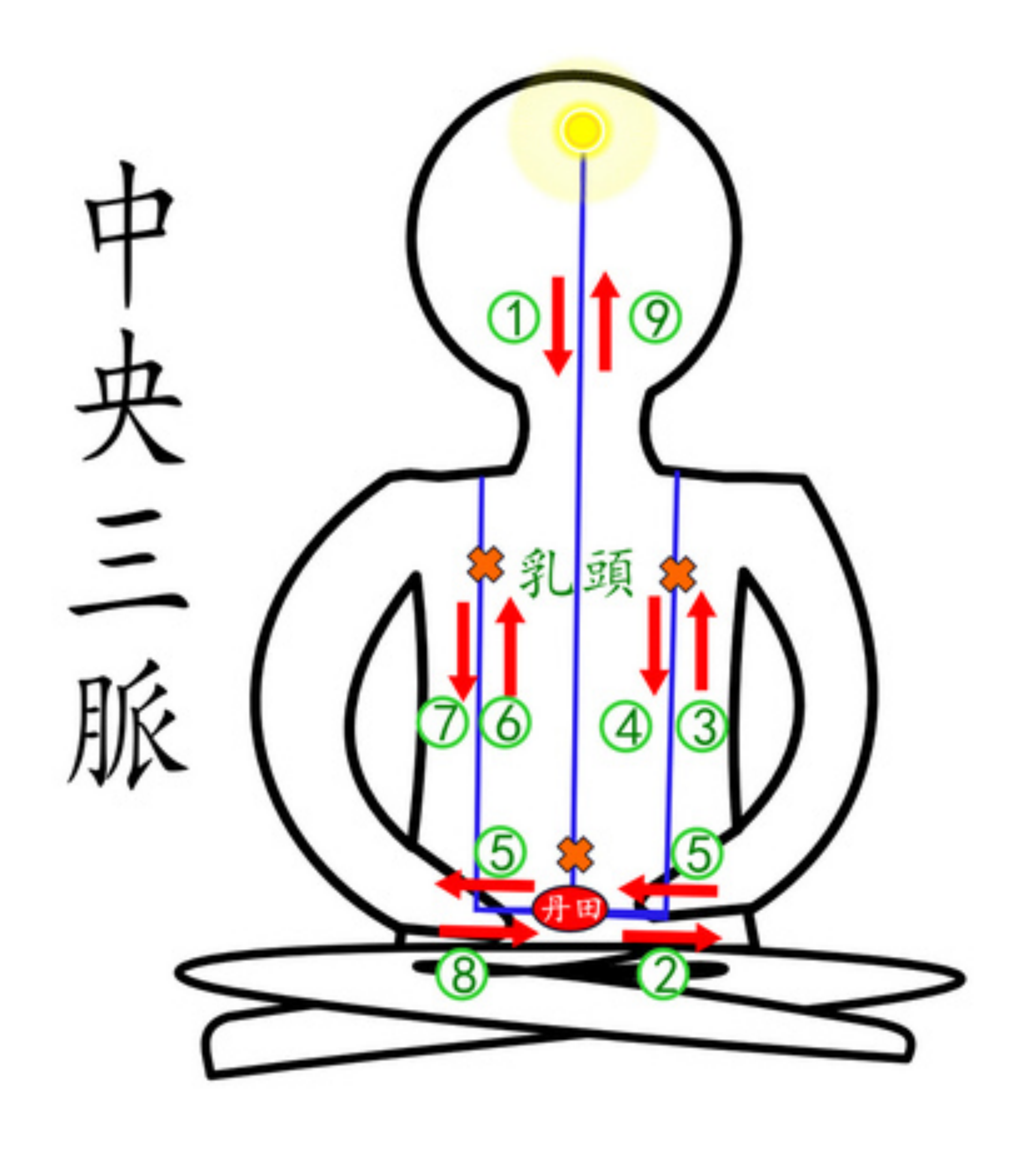
修練有進程，而且如果您程度或是福德資糧不足，修起來也只是空想，沒有任何效用。下列的許多方法在牟尼精舍的因果濟世集中以出現多次，在此一次整理清楚，讓您一目了然。也要請您照著流程一步一步練，不用急不用慌，久練成鋼，並且要老實誦經持咒，配合引渡眾生，自然一點一滴成就。

銀河大手印若您能練就，在世間已相當夠用。以下為教學：

以下為中央三脈：
本部分可練身體，並讓氣脈更順，身體健康後好好修練後來較複雜的觀想。

靜坐時觀想頭頂上有一團如棒球大小的金色氣團，能量來自宇宙，散發金光，並且快速動逆時針放光旋轉。接下來觀想頂門(頭頂)打開一個金色的洞，然後金氣團進入頭內，接下來觀想頂門的洞關閉。

金氣團自身逆時針旋轉從頭頂慢慢直線向下，經過脖子、心臟，直到丹田(臍下三寸)，然後往左到左乳頭與丹田的垂直交叉位置後直線慢慢往上，直到到達左肩。而後沿此軌道慢慢又回到左乳頭與丹田的垂直交叉位置，接下來往右直到丹田與右乳頭的垂直交叉位置，接下來一樣往上到右肩後再回到右乳頭與丹田的垂直交叉位置，然後向左回到丹田。最後由丹田回到頭頂。



以上的程序算是練完一輪，建議您有空就多練幾次，針對身體較有毛病的器官，比如說肝臟，則在練右邊那一脈的時候，經過肝臟的部位就可停留久一點，讓金色氣團在該部位打通，可使該部位氣脈較通暢，漸漸回復健康。

本部分可配合拍手功，一起練身體，效果更彰顯。拍手功與甩手功(強身健氣)：

除了好好修行，也要有好身體，才能救更多人。拍手功無需任何道具，沒有任何限制。而且練此功可強化新陳代謝，也可調順自身磁場，<u>讓您把氣練足、修練更順，也讓身體健康</u>(手部穴道很多)。

時間：早晚兩次，先做拍手功，再作甩手功，每次一共約45分鐘。工作前(早上5~7點)或早餐前；傍晚：四點以後(出家眾：早課前)
1.拍手功：兩腳與肩同寬。兩手掌微微出力張開，此時五隻手指會自然彎到手掌後方。兩手臂自然下垂，上臂與前臂呈現垂直並且要放輕鬆。以此動作開始拍手，自然張到最大，再順勢擊掌，擊掌時打掌心即可，手指因有點自然往後彎，所以

不會打到(打到也沒關係)。拍到兩隻手通紅，汗流浹背即可。

2.甩手功：兩腳與肩同寬。將雙手(前臂與上臂)上舉至頭上，然後用力甩下，甩下時膝蓋微彎。力道比例：上舉3分，甩下7分。

銀河大手印~初級~(9)全身燃燒法

修練有進程，而且如果您程度或是福德資糧不足，修起來也只是空想，沒有任何效用。下列的許多方法在牟尼精舍的因果濟世集中以出現多次，在此一次整理清楚，讓您一目了然。也要請您照著流程一步一步練，不用急不用慌，久練成鋼，並且要老實誦經持咒，配合引渡眾生，自然一點一滴成就。

銀河大手印若您能練就，在世間已相當夠用。以下為教學：

●第一階段：
觀想「火焰」將身體燒掉，每天做七次算一輪，一共做49天，共49輪後可停止。

1.觀想熊熊烈火，由頭部燒起，頭部燒完要觀想頭沒了；燒到頸部，觀想頸沒了；依此類推...。額頭、眼睛、鼻子、嘴巴、脖子、胸口、兩手、腹部、大腿、小腿後至腳底。
2.燒到最後人沒了，只剩蒲團(坐墊)
3.人沒了(人都沒了您還能執著什麼？)
4.人世一切皆是空
5.心靜觀自在

●第二階段：
或坐或立：觀想海底輪有火焰逆時鐘快速旋轉(有如火焰龍捲風)，慢慢由海底輪往上燃燒，火焰很亮，溫度很高，燒過區域觀想該部位消失，從下(腳底板)到上(頭頂)，將全身燒完，燒到最後人沒了，只剩蒲團(坐墊)。

第二階段的觀想因為火焰為旋轉方式燃燒，有如龍捲風，故然燒程度遠大過於第一階段。請觀想火焰旋轉快速，溫度極高，所到之處燃燒殆盡。

解降頭：觀想自己全身被多條如拔河用的大繩子綁住(「降頭」便是這樣束縛靈體)，然後觀想腳底下有火焰逆時鐘快速旋轉(有如火焰龍捲風)，慢慢由海底輪以下三尺往上燃燒，火焰很亮，溫度很高，燒過區域觀想繩子一條條被燒斷，發出「吧、吧...」的斷裂聲音，然後觀想燒到頭頂上至少三尺，把所有繩子(降頭)燒光，如此解開降頭。

解降頭部分，若無法確定有沒有解開，請來信請示。

建議您修行要專修，人生不長，集中火力才能有成就。也建議您不要隨便跑道場，如果跑到邪法的道場，到時被下了降頭，修行一定受阻礙。精舍處理過多則被下降頭的案例，請務必留意！

銀河大手印~初級~(10)太陽光修鍊法一部曲

修練有進程，而且如果您程度或是福德資糧不足，修起來也只是空想，沒有任何效用。下列的許多方法在牟尼精舍的因果濟世集中以出現多次，在此一次整理清楚，讓您一目了然。也要請您照著流程一步一步練，不用急不用慌，久練成鋼，並且要老實誦經持咒，配合引渡眾生，自然一點一滴成就。

銀河大手印若您能練就，在世間已相當夠用。以下為教學：
影片教學影片連結：https://reurl.cc/E7kdYa

太陽光修練法(一部曲)，初級修練法：
1.兩腿張開與肩同寬，雙手自然下垂，全身放鬆。

2.深呼吸三次(謹記：細、慢、長)，緩緩吐氣。
3.用意念將兩腳腳跟與地面接觸處開兩個洞。
4.觀想夏天早晨七、八點的太陽(萬里無雲、熾熱高溫、光芒萬丈、氣象萬千)，由頭頂(頂門)緩緩降至體內。
5.太楊降一寸，體內的寒氣、黑氣黑水便由腳跟兩個洞排入大地一寸，直到全部排完。(不是只有光下來，是整顆太陽下來)
6.觀想的重點：
a.若是驅除寒氣：太陽灌過的地方，身體要觀想身體成「紅通通的顏色」
b.若是掃除雜靈、外來干擾等：太陽灌過的地方，身體要觀想成白色

本招數可先使用琉璃體後再搭配心輪使用，效果彰顯。

太陽的金光請觀想清楚，萬里無雲、熾熱高溫、光芒萬丈、氣象萬千，光傳至萬里遠。

銀河大手印~初級~(11)太陽光修鍊法二部曲

修練有進程，而且如果您程度或是福德資糧不足，修起來也只是空想，效用不高。下列的許多方法在牟尼精舍的因果濟世集中以出現多次，在此一次整理清楚，讓您一目了然。也要請您照著流程一步一步練，不用急不用慌，久練成鋼，並且要老實誦經持咒，配合引渡眾生，自然一點一滴成就。

銀河大手印之初級修練若您能練就，在世間已相當夠用。但如果您的目標跟佛菩薩一樣，那您至少得練就中級。以下為初級教學：

太陽光修練法(二部曲)：
1.兩腿張開與肩同寬(亦可禪坐)，雙手自然下垂(禪坐則結定印)，全身放鬆。

2.深呼吸三次(調息)，謹記細、慢、長，並緩緩吐氣。
3.觀想夏天早晨七、八點的太陽(萬里無雲、金光四射、光芒萬丈、氣象萬千)，由頭頂緩緩降至心輪，並停止於心輪。
4.全身毛細孔觀想全部「張開」。
5.駐在心輪的太陽開始發揮威力，將金光擴散、輻射到全身毛細孔
6.毛細孔開始發射出金色光芒
7.觀想重點：
a.全身毛細孔全部打開(觀想越清楚越好)
b.每個毛細孔都要散發出明亮清晰的金色光芒，掃除外靈或負能量。

本部分為太陽光修練法一部曲的進階，本部分重點為全身毛孔，請盡量觀想清楚，日後會常使用到。

銀河大手印~初級~(12)基礎結界

修練有進程，而且如果您程度或是福德資糧不足，修起來也只是空想，沒有任何效用。下列的許多方法在牟尼精舍的因果濟世集中以出現多次，在此一次整理清楚，讓您一目了然。也要請您照著流程一步一步練，不用急不用慌，久練成鋼，並且要老實誦經持咒，配合引渡眾生，自然一點一滴成就。

銀河大手印若您能練就，在世間已相當夠用。以下為教學：
影片教學影片連結：http://goo.gl/zn2QFk

先做基本外靈排除(琉璃體、太陽光修練法、卍字心輪法)。觀想散發金色光芒的「金剛鈴」(金色銅鐘)從虛空上緩緩下降，由上而下將您自己罩住，

金銅鐘散發刺眼金光，並且要觀想相當堅硬厚實，拿什麼武器都打不穿，然後將自己罩住，避免外靈干擾。

進階觀想：可觀想兩層、三層等銅鐘罩住自己，加強結界程度。觀想完後無須撤掉金色銅鐘，但每人程度不一，受干擾程度也不同。功力深厚者觀想一次可讓金色銅鐘持續幾十天仍有功效，請務必好好練習，減少干擾。

進階用途：您在幫家人灑淨水或是轉心輪時可能也會有干擾，此時您可以先將家人罩住，除去干擾，再好好處理。但是切記，業障是無法隔絕的！

銀河大手印~初級~(13)楊枝淨水灑法

修練有進程，而且如果您程度或是福德資糧不足，修起來也只是空想，沒有任何效用。下列的許多方法在牟尼精舍的因果濟世集中以出現多次，在此一次整理清楚，讓您一目了然。也要請您照著流程一步一步練，不用急不用慌，久練成鋼，並且要老實誦經持咒，配合引渡眾生，自然一點一滴成就。

銀河大手印若您能練就，在世間已相當夠用。以下為教學：
影片教學影片連結：http://goo.gl/zn2QFk

您需要請示專修法門並且日日不中斷，而且得應持誦「藥師灌頂真言」滿一百萬遍(基礎)，並在修練時便應每日念〈楊枝淨水讚〉至少108遍，並且

練習觀想三次。待完成「藥師灌頂真言」百萬遍後，接著念誦〈楊枝淨水讚〉100萬遍(當初每日所念的108遍可以算入)。本法可以治療靈界眾生的靈體，所以也可治療業主菩薩的靈體，當業障干擾時，便可以依此法修補業主菩薩靈體，讓對方不再執著您當初的傷害，治好後您再好好懺悔。並且如同「楊枝淨水讚」咒文，可以火焰化紅蓮，讓業主菩薩感到全身清涼，消除怒火，讓祂更容易接受您的懺悔，妙用無窮。

用法：先使用琉璃體排除自己的負能量(請至少排三次以上)，先稱念一次〈楊枝淨水讚〉，接下來觀想自己是騎龍觀音(要觀想清楚)，身是白觀音，雙腳踏青龍，左手托淨瓶，右手持柳枝，觀想一道純白的光束從天而降，落在業主菩薩身上(若不知道幾人，則觀想周遭的業主菩薩通通一起處理，每人都一道白光)，以楊柳枝沾淨瓶水灑淨周遭所有來干擾的業主菩薩，淨水非常清涼且有治癒效果，淨水從楊柳枝灑出，像雨滴般落在業主

菩薩身上，所流過之處都變得清涼，並且觀想淨水流過處的傷口通通都被治癒。

本法可幫助家人，您要使用前要先告知家人的業主菩薩：弟子要幫家人處理，冤冤相報何時了，請業主菩薩給家人機會，一定會「因果債功德還」，請您接受我們懺悔，給我們一次機會。講完後再幫家人處理。但本法也會容易招惹到家人的業主菩薩，畢竟有些業主菩薩嗔念很重，一氣之下，或許會連您一起干擾。建議要先確認家人銷業障的決心才幫他，有沒有真心，業主菩薩一清二楚，要不要原諒，也是業主菩薩決定。

在此也請您不要「逞英雄」，沒事就幫別人處理。如同上述所言，就算您有講，對方的業主菩薩還是有可能干擾您，到時候您公親變事主。尤其是逞英雄，算是攀緣的一種，這樣別人的業障就會直接找您了！類似的案件如果您來信請示(卡

到別人的業障)，我們會告知您：您就幫他吧，算是做功德。

本法務必熟練！

針對舊業障干擾，在此整理出一系列處理模式：
1.先跪著跟業主菩薩磕頭懺悔。並可心念：佛子某某某，過去世未遇善知識，未曾學佛修行，致使犯了貪、嗔、癡、殺生害命，對業主菩薩身心靈造成凌辱傷害，實在萬分悲痛哀悔。佛子某某某經牟尼精舍佛菩薩慈悲垂示，方知過去世這段因果，懇請業主菩薩高抬貴手給我一個自新及彌補的機會，請勿干擾我，讓我好好儘速誦經來迴向補償你。

2.觀想業主菩薩全身都是熊熊烈火，而您是騎龍觀音，左托淨瓶右持楊枝，楊枝滿沾淨瓶水，輕輕灑向熊熊烈火，一直灑，火由大火變中火，再由中火變小火，小火變灰燼。

3.若還會干擾，灑下的點點淨水要觀想成雪花冰塊，且觀想火花完全熄滅，溫度降到零下20度。

此時再好好道歉，業主菩薩就可以聽進去了。

〈楊枝淨水讚〉：楊枝淨水遍灑三千。性空八德利人天。福壽廣增延。滅罪消衍。火焰化紅蓮。南無清涼地菩薩摩訶薩(本句三稱)

銀河大手印~初級~(14)銅鐘降魔法

修練有進程，而且如果您程度或是福德資糧不足，修起來也只是空想，沒有任何效用。下列的許多方法在牟尼精舍的因果濟世集中以出現多次，在此一次整理清楚，讓您一目了然。也要請您照著流程一步一步練，不用急不用慌，久練成鋼，並且要老實誦經持咒，配合引渡眾生，自然一點一滴成就。

銀河大手印若您能練就，在世間已相當夠用。以下為教學：

本法屬於防禦但俱攻擊性修練，請務必先修練好〈楊枝淨水灑法〉後才能學習，使用完畢後要幫

對方灑淨以修復靈體，否則您會結下一堆業障，屆時都要一一償還。

本法針對無法勸服的外靈(對業障無效)，先將其關住後再慢慢勸服不再干擾或是皈依學佛，使用完畢後一定要用楊枝淨水為其治療靈體。

觀想散發金色光芒的「金剛鈴」(金銅鐘)從外靈上方虛空緩緩下降，由上而下將外靈罩住。金銅鐘光芒萬丈，堅硬無比，什麼武器都打不穿，不管外靈有多大有多少，您就觀想銅鐘比祂大，確切的觀想罩住所有外靈，並且困助外靈。

接下來請您拿兩個銅板，詢問對方是否願亦不再干擾。若已經不再干擾，即可觀想銅鐘撤掉(消失)，並觀想灑楊枝淨水，讓對方復原。灑完後，記得再擲筊問對方是否已經復原，並請對方星期天早上到牟尼精舍三皈依即可。

切記，本法對業障無效。如果您未受到大型干擾，也無需使用，避免您結下業障，個人業障個人擔呀。

銀河大手印~初級~(15)我入佛菩薩

修練有進程，而且如果您程度或是福德資糧不足，修起來也只是空想，沒有任何效用。下列的許多方法在牟尼精舍的因果濟世集中以出現多次，在此一次整理清楚，讓您一目了然。也要請您照著流程一步一步練，不用急不用慌，久練成鋼，並且要老實誦經持咒，配合引渡眾生，自然一點一滴成就。

銀河大手印若您能練就，在世間已相當夠用。以下為教學：

本部分請配合銀河大手印–「佛菩薩入我」的修練法，此觀想剛好與之相反，觀想自己進入佛菩薩的莊嚴金身法相，需觀想真確，若無法有清晰影

像，代表功力不足，需再努力念誦藥師灌頂真言。

觀想本身坐於金色蓮花上，蓮花散發金光，您的佛身也在發光，金光四射，耀眼無比，然後金光向外灑射，射入虛空甚至三千大千世界皆被照亮。

本部分觀想需要高等功力，請務必熟練先前的十四項修練，並且一定要照專修法專修，才能發揮功效。

●以上15項修練為銀河大手印初級之修練法要，請務必好好修練，提升自我能力，擁有更多工具以幫助更多人！修練無捷徑，一步一腳印，時時用心練，久練必成鋼！

銀河大手印修練社團

一.前言：

銀河大手印為佛菩薩設定可普傳之神通修練，牟尼精舍本持佛菩薩悲願承接大手印之教學。在此為了有效教學，成立此修練社團，除了能及時處理每位修練者的問題，亦讓每位修練者能相互勉勵與督促，讓您一同努力，更快成就。

二.銀河大手印初級社團修練規定

為了確實能培育出日後淨土有能有德之佛菩薩，訂出下列務必配合之修練規則，請有志為眾生務必參考。

1.千萬不可雜修：

世間許多修持方法有其感應，如果您有喜歡的法門，請您先請示是否如法，如果如法，請您好好

修就好。而銀河大手印主要是針對眾生問題，比如說您自己、家人、朋友...等。如果遇到沖犯、業障...等外靈問題，均可為其協調，為實用的神通修練。

但如果您要修銀河大手印，請務必放棄本來的，並且通通忘掉，請勿自行融合，比如說加入氣功、瑜珈...等。如此就是雜修，容易引來外魔干擾或紛爭。如果您無法忘懷，請您照本來的好好修就好！

如果您對神通很有興趣，如果您一心一意想幫助眾生，請務必好好修練。這些修練不難，但效果很大，請自己體悟。但請務必專修就好，如果我們發現您是雜修，這樣容易影響其他師兄姐，我們會將您從社團踢除(會先警告)，以讓其他新學者可以好好專心並減少干擾，請務必遵守此規定！

2.務必照開示專修，請請示專修法門，並照個人開示專修指定佛經與專持《藥師灌頂真言》滿100萬遍。如果您只想修而不照開示唸經持咒，基本上練不起來。許多修練需要佛菩薩加持，您的一舉一動佛菩薩看在眼中，如果您自己都不認真了，佛菩薩也不會為您調理與加持灌頂。

3.除了神通，請務必依照佛經改變行為與態度，清心寡欲、安分守戒。所謂佛魔一線之隔，佛菩薩神通廣大，魔王、阿修羅、精靈...等也都神通廣大，但這都是修練偏掉的。如果您在修練過程中發生心性偏移，比如說想用神通害人、騙錢...等，經由佛菩薩明示後，**我們會請佛菩薩收回您所有加持與封閉您的神通**，避免您一錯再錯，並且您得自己承擔您造下的因果。寧願您心性正確到淨土後再修神通，也不要您現在修偏入魔，無法回頭。

4.嚴格是種慈悲：

蔡師兄上輩子出生明末，為一代高僧，門下出了三百多位聖神仙佛，目前在各地寺廟等任職仙佛。其中還有十多位證得金身等級，先前中部某大型媽祖廟內的觀世音菩薩曾帶精靈到精舍皈依，經佛菩薩明示這位大廟的觀世音菩薩是蔡師兄過去世的徒弟(明末時期)，因證得高深果位，所以上天委任此職，服務眾生。能有這般成就是因為自身認真修持，並且接受嚴格教學，所謂嚴師出高徒。

這般言論並不是將蔡師兄神格化，蔡師兄是人，你我也一樣是人，但聖神仙佛都是由人修起，想要有這般成就，唯有依正法修持，清心寡欲，濟渡眾生才能成就。

往後我們也將參考此法，用嚴格的方式教學。在此也請您學會卑下，虛懷若谷，所謂半瓶水響叮噹，虛心受教才能學得好。往後若我們用詞較嚴

格，還請您接受，並請照建議好好加油，才有成就，若有得罪，敬請海涵。

5.社團使用規定：
基本考核者：陳師兄LINEID：「mickey1104」。欲進入社團者先由陳師兄做基本解說與考核，考核內容就是本篇文章規定事項、確定您是否真心想修、是否能忘了以前學的、是否有請示專修法門了...等。基本考核目的是讓您進入社團後能快速融入整體學員中，避免基本的重複性問題。欲加入者會先進入熱身區社團兩周，熱身後再正式加入社團。

6.社團發言規定：
希望大家發言以字串為主，比如一次發言的內容中分段，這樣可以減少個人訊息量，大家在看內容時會比較好懂，避免不同的話題內容干擾。社團中可以加入一些趣味性的話語與相互鼓勵，**但請勿太多，適切就好**。

三.教學與進度：

1.每日進度：專修經文與〈藥師灌頂真言〉，灌頂真言請定每日進度，日日不中斷，並練習初級觀想。

2.每週進度：每雙數週三進行進度分享，請上社團留言進度，相互勉勵。(將會為每個人做統計，請務必分享個人進度已相互鼓勵)

3.干擾請示：定期為每個學員審視干擾，將會為每個成員做心性、神通或干擾的請示，由佛菩薩、蔡師兄或是相關師兄姐給建議。

4.除了佛菩薩與蔡師兄外，採學長學弟制，應尊重接納意見，虛懷若谷才能真實成就。

5.若有問題請於社團即刻反(比如說觀想不出來...等)，若外靈干擾將馬上處理(如果佛菩薩同意)，若查出是業障，請當週自行來信E-mail請示，等辦事時再一併處理，若舊業障請懺悔並且以楊枝淨水灑淨。

6.教學資料請參考銀河大手印修練法(http://goo.gl/t025WU)，並有相關簡略影片，輔助教學。

四.相關資源與聯絡

初級教學負責：陳師兄(若有問題請留言Line：『mickey1104』)
檢驗與考核：佛菩薩、蔡師兄

備註：參加銀河大手印社團的心態要如何？
1.首先，要先確定自己參加的動機為何？該思考您的動機，莫忘初衷，精舍雖然有教學的責任，但如果走偏了，精舍仍可以剔除掉。
2.重點就是好好修正行為，好好修行渡眾，要知道你所做的事情都是在利益眾生，沒有為利益而去渡眾。學神通是為了眾生不是為己，也不是炫耀，更不是賺錢工具，精舍讓眾生學神通是為了渡眾，精舍最重視的是心性，心性偏差，神通無

法進級，境界無法進級，一切取決於心態是否單純。

3.佛菩薩如果說要廢除功力，我們不用見到人也可以隔空處理，這總比在外胡做非為好。

4.許多師兄姐是屬於當頭棒喝的教學，是激將法，有些人就是需要這種方式才會進步，不然道理誰都懂，只是做不做的到而已。他們能針對我們現狀去做提醒，這也是讓我們學習卑下心，當別人糾正我們錯誤時，我們要虛心接受，而不是去反駁，甚至爭論。解決、放下，才是真修行。

銀河大手印初級–精熟修練參照標準

在此訂定銀河大手印–修練考驗標準，讓您能夠有參照標準，明確知道自己應該怎麼做？怎了練？不可或缺什麼？此標準也已呈報佛菩薩，在開示同意下實施。(如有新增，會再公告)

一、度眾考核：

修練是為了度眾，度眾亦為修練不可或缺的要素。雖說度眾不該心有罣礙，但對初學者來說這是一種必要的歷程，是一種培養慈悲、歡喜、卑下與行為習慣的經驗歷程。基於訓練考量，請每人都要設定好自己該做的度眾業務，並照業務執行，培養發自內心的慈悲，才不會只有修練，失去了修練背後真正應該有的目的。

訂定業務表準：

1.以個人生活為考量，選擇自己可以執行的業務。如：定期分發善書、定期撰寫感應或知識文章或故事、定期分享善知識文章(如FB)、處理精舍度眾業務(比如說星期天有空到精舍幫忙摺紙、裝訂、處理交辦任務...等)、協助辦理精舍修練業務...等。
2.訂定業務量，以發書為例：比如說固定每週找三個點發書或佛卡，或是每週至少要發放多少量...等；以分享文章而言：評估文章內容，評估瀏覽者數目，評估週期時間，定期分享善知識文章...等。

以上，有勞您訂定一套屬於自己的度眾業務，訂定表格請參考本文章最後之附件。請務必仔細訂定與執行，從行為中培養慈悲。

二、誦經持咒：

1.是否每天完成專修經文與〈藥師灌頂真言〉及〈楊枝淨水讚〉

2.是否願意繼續完成接下來的〈楊枝淨水讚〉與〈楞嚴咒心〉誦持標準

3.是否願意一輩子專修指定法門，並不中斷？

三、行為：

1.是否能漸漸茹素？

2.是否能斷惡，並以守十戒為生活目標。

3.是否能持續服務眾生或濟度眾生？

4.應以《靜思語》內容為標準化行為準則。

四、知識與理解：

1.了解因果原理與道理

2.了解各種干擾：業障、沖犯、外靈、祖靈、嬰靈

3.了解為什麼要修行

4.設定好修行目標與心願

5.了解靈界規則

6.什麼叫做解脫？什麼叫做成佛？

7.往生後，到了靈界可能會怎樣？

8.為什麼要專修？專修與雜修的差別？

9.牟尼精舍在做什麼？

10.什麼叫做專案迴向？

11.為什麼要念大本專修佛經？

12.了解專修佛經的深刻意涵

13.為什麼專修〈藥師灌頂真言〉、〈楊枝淨水讚〉、〈楞嚴咒心〉？

14.如何把修行與生活結合

15.如何讓自己堅定信心不退轉？

16.如何教導別人？

17.佛菩薩為什麼要發大願？

18.佛教與其他宗教的差別是什麼？

19.何謂放生？是否認同放生？是否親自放生過？

20.懂得如何鼓勵別人

五、書籍資料：

1.是否已讀過《金剛經》、《藥師經》、《彌陀經》、《普門品》、《地藏經》，並能了解意涵？

2.是否讀過《金剛心總持論》，並能了解意涵？

3.是否讀完目前所有《因果濟世集》？並能隨時分享讓您深刻的因果故事？
4.是否已清楚明白目前所有公告之《修練輔助教材》
5.是否廣閱與了解高僧大德之言行與修行？如：聖嚴法師、證嚴法師、廣欽老和尚、妙蓮老和尚......等。

六、神通考核：

何謂熟練？–至少練過指定項目變數(特別幾項)或已經可以很清楚觀想出來，並以「清楚觀想出來」為主要指標，且在個人實務經驗上可以確實處理掉干擾為標準。各項修練也都要有辦法達到「隨時可以教別人」的熟練指標(熟了才能教人，無法教人代表不熟)，以下為各項修練考核指標：

1.靜坐與大禮拜：靜坐至少能坐30分鐘，並最久至少可達1小時者(身體適應度)；可以每天或時常大禮拜，並可熟練觀想與教別人者。

2.琉璃體觀想：至少需練過每日7回，達成三個月，往後每有干擾先排琉璃體，並在當下能確實排除負能量干擾，並可熟練觀想與教別人者。

3.浩然正氣觀：至少需練過每日7回，達成49日，並可熟練觀想與教別人者。

4.佛菩薩入我：至少需練過每日7回，達成49日，並可熟練觀想與教別人者。

5.卍字心輪：至少需練過每日7回(從觀想出心輪到快旋旋轉放光叫做一次)，達成三個月；或深度練習：讓心輪轉20分鐘(持續發光旋轉)，並觀想光能漸層向外打出，由週遭→房子→鄉鎮→縣市→台灣→地球→太陽系→三千大千世界，。往後每有干擾先排琉璃體並轉心輪，且能確實排除干擾，並可熟練觀想與教別人者。

6.萬字吸氣法(宇宙法流)：至少需練過每日7回，達成三個月，並可熟練觀想到可以與其他觀想同時使用：比如說邊吸宇宙法流至心口與同時轉心輪(加強心輪)，且能教別人者。(同時使用例子：用宇宙法流灌入金銅鐘，強化金銅鐘，以做基本結界...等)

7.子午卯酉(全身氣脈打通法)：至少需練過每日49回，達成三個月，如時間難掌控，可斟酌拆散練習，但務必完成總數，並可熟練觀想與教別人者。

8.中央三脈：至少需練過每日49回，達成49日，並可熟練觀想與教別人者。

9.全身燃燒法：至少需練過每日49回，達成49日，並可熟練觀想與教別人者。

10.太陽光修練法一部曲：至少需練過每日7回，達成三個月，往後每有干擾先排琉璃體、轉心輪或太陽光，並在當下能確實排除負能量干擾，並可熟練觀想與教別人者。

11.太陽光修練法二部曲：至少需練過每日7回，達成三個月，往後每有干擾先排琉璃體、轉心輪或太陽光，並在當下能確實排除負能量干擾，並可熟練觀想與教別人者。

12.基礎結界：至少需練過每日7回，達成49日，往後每有干擾先排琉璃體、轉心輪或太陽光，而後做結界並在當下能確實排除干擾，並可熟練觀想與教別人者。

13.楊枝淨水法：至少需練過每日7回，達成三個月，並且應在修練過程能日持至少108遍〈楊枝淨水讚〉，並能夠確實讓靈體修復與使對方(祂)消除

怒火，判別指標：干擾解除，並可熟練觀想與教別人者。

14.銅鐘降魔法：至少需練過每日7回，達成49日，往後每有干擾先排琉璃體、轉心輪或太陽光，而後做結界並在當下能確實排除干擾，並可熟練觀想與教別人者。

15.我入佛菩薩(更改名稱)：至少需練過每日7回，達成49日，並在當下能確實排除干擾，並可確實熟練觀想與教別人者。

銀河大手印章程修正公告

經精舍內部決議，意想當初本師只傳心法而未傳神通，而今再思考，終於明白本師智慧，故於此修改章程。

神通只是工具，受用即可，過度神通教學，屆時心性迷失，將為眾生災難。來學的有緣人，雖經過佛菩薩考核，但由於過去世習氣使然(或有曾入魔或修偏過的人)，時機一到，仍然容易走偏迷失，轉而危害眾生。

往後所有招式，將以原先初級神通為主，將初級神通學精，人世已經夠用。原先初級社團，將直接更名為「銀河大手印修練社團」。所有相關專修佛經的開示一樣沒變。

此開示經過佛菩薩認可，以上告知。

南無本師釋迦牟尼佛

南無藥師琉璃光如來

南無阿彌陀佛

南無大慈大悲觀世音菩薩

南無大願地藏王菩薩

南無護法韋馱尊天菩薩

南無伽藍菩薩

南無十方一切諸佛菩薩摩訶薩

本書內容恭取自牟尼精舍官方部落格，僅供淨化人心之用，不作任何商業用途。歡迎多多流通分享。若內容有誤，歡迎指正。

牟尼精舍簡介：

牟尼精舍不接受供養、不收錢、不推銷、也不強迫修行，單純義務只求能結善緣解決您的因果問題；牟尼精舍專解因果事件、因果問題、治因果病、...，無論婚姻、家庭、事業、家族、痼疾、學業...等問題均能請示！

歡迎有醫生看到沒醫生，有神求到無神者。不妨一試。

牟尼精舍官方部落格
http://mouniassn.pixnet.net/blog
相關影片
https://reurl.cc/arQy8X